

# Inhaltsverzeichnis

1. Lernen macht Spaß .....	5
2. Multi-methodisches Lernen .....	7
3. Interessenorientiertes-Lernen.....	11
4. Lernen in der Tiefenentspannung.....	19
5. Kreatives & gehirngerechtes Lernen.....	27
6. Aufmerksamkeit & Wachsamkeit .....	35
7. Mentale Einstellungen.....	38
8. Werkzeuge, Spiele und Lernmaterialien .....	50
9. Die 2000 wichtigsten Vokabeln & Phrasen einer Sprache lernen...73	
10. Frei von Hemmungen.....	78
11. Ein Lernprogramm selbst erstellen .....	85
12. Zwanzig Fremdsprachen im Test .....	90
13. Die wunderbare Welt der Sprachen .....	98
14. Quick and Dirty English Grammar .....	103
15. Die 100 meist gebrauchten Vokabeln der englischen Sprache.....	113
16. The 100 frequently used Business-English-Words .....	116
17. Die 100 meist gebrauchten italienischen Sätze .....	119
18. Spaß mit Italienisch - 25 italienische Slangs.....	123
19. Die 100 meist gebrauchten spanischen Sätze.....	124
20. Spaß mit Spanisch – 25 spanische Slangs .....	128
21. Japanische Wörter zum „schnuppern“ .....	129
22. Die besten Tipps auf einen Blick.....	131
23. Der letzte Motivationsschub.....	132